

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-30 wtorek	Dieta podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Paszet drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Pierś z kurczaka panierowana 110 g (GLU, JAJ, MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 500,9 Białko ogółem [g] 158,5 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 4,8 WW [Por] 28,9 Cholesterol [mg] 867,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Paszet drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 431 Białko ogółem [g] 182,2 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 254,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 4,4 WW [Por] 25,6 Cholesterol [mg] 484,2
	Dieta łatwostrawna		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor 130 g Paszet drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 562,6 Białko ogółem [g] 175,1 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 4 WW [Por] 31,1 Cholesterol [mg] 472,6

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-30 wtorek	Dieta łatwostrawna bezmleczna	kajzerka 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Pomidor 130 g		zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 399,9 Białko ogółem [g] 163 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 290,6 Błonnik pokarmowy [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 3,8 WW [Por] 29,5 Cholesterol [mg] 447,5
	Dieta bogatobiałkowa	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Pomidor bs 130 g Paszтет drobiowy 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 624,5 Białko ogółem [g] 187,3 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 4 WW [Por] 30,6 Cholesterol [mg] 485,4
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет drobiowy 130 g Ogórki kiszone 130 g	sok z buraków 200 ml	zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 236,3 Białko ogółem [g] 158,1 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 251,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 4,1 WW [Por] 25,3 Cholesterol [mg] 446,3

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-30 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g Twaróg chudy 110 g (BIA)	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 989,9 Białko ogółem [g] 141,3 Tłuszcz [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 263,6 Blonnik pokarmowy [g] 21,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 50,7 Sól [g] 5,4 WW [Por] 26,8 Cholesterol [mg] 99,4
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 966,7 Białko ogółem [g] 141,1 Tłuszcz [g] 42,8 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Blonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 5,5 WW [Por] 26,6 Cholesterol [mg] 98,2
Dieta papkowata		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 817,8 Białko ogółem [g] 188,3 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Blonnik pokarmowy [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 4,7 WW [Por] 32,4 Cholesterol [mg] 950,2

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-09-30 wtorek	Dieta papkowata bez cukru	bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) piesz z kurczaka rozdrobniona 110 g (MIE) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 915,2 Białko ogółem [g] 202,2 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 323 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 82,5 Sól [g] 4,8 WW [Por] 32,7 Cholesterol [mg] 963
	Dieta płynna wzmocniona	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa z fasolki szparagowej przecierana 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 616,7 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 194,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 2 WW [Por] 19,7 Cholesterol [mg] 487,6
	Dieta płynna wzmocniona bez cukru	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 715,7 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 197,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 2,1 WW [Por] 20 Cholesterol [mg] 500,4

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-30 wtorek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta eliminacyjna wegetariańska		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Paszтет wegetariański 130 g (GLU, JA J) Ogórki kiszone 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczyno żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 280,4 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 296,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 4,6 WW [Por] 29,9 Cholesterol [mg] 952,2
Dieta eliminacyjna bezglutenowa		Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Poledwica sopocka 60 g (MIĘ) Ogórki kiszone 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Kotletz piersi kurczaka na parze 110 g (MIĘ) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 180 g	Pieczyno bezglutenowe 100 g Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Schab gotowany 30 g (MIĘ) Pieczyno bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 937 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 154,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 50,7 Sól [g] 3,5 WW [Por] 15,8 Cholesterol [mg] 392,4
Dieta niskobiałkowa		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 80 g Pomidor 130 g		Zupa koperkowa b/m 300 ml (SEL) Ryż gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Buraczki gotowane 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 564,5 Białko ogółem [g] 41,7 Tłuszcz [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 274 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 68,4 Sól [g] 2,6 WW [Por] 27,7 Cholesterol [mg] 74,4

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2025-09-30 wtorek

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	kajzerka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g (MIĘ) Ryż gotowany 180 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Twaróg chudy 110 g (BIA) Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 360,9 Białko ogółem [g] 163,9 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Blonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 5,7 WW [Por] 28,6 Cholesterol [mg] 179,8
Dieta eliminacyjna wegańska	kajzerka 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Paszтет wegetariański 130 g (GLU, JAJ) Ogórki kiszone 130 g	sok z buraków 200 ml	Ryż gotowany 180 g Kompot owocowy 250 ml zupa z fasolki szparagowej b/ml 350 ml (SEL) Surówka z marchewki z jabłkiem 150 g Potrawka z cukinii, pomidorów i tofu 160 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 195,1 Białko ogółem [g] 80,1 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 333,5 Blonnik pokarmowy [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 3,9 WW [Por] 33,7 Cholesterol [mg] 693,4

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-30 wtorek	Dieta bogatoresztkowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) Ogórki kiszone 130 g Pasztet drobiowy 130 g		Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 110 g (GLU, JAJ, MIĘ) Surówka z marchewki z jabłkiem 160 g Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jaja gotowane 60 g Sałatka z pomidorów z oliwą 130 g	pieczywo żytnie 50 g (ŻYT) Schab gotowany 30 g (MIĘ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 433,1 Białko ogółem [g] 157,1 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 suma cukrów prostych [g] 55 Sól [g] 5,1 WW [Por] 27,5 Cholesterol [mg] 867,4
	Dieta ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		zupa z fasolki szparagowej b/ml 300 ml (SEL) Kotlet z piersi kurczaka na parze 110 g (MIĘ) Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Ryż gotowany 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztet z soczewicy 80 g Sałatka z pomidora z koperkiem 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 1 629,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 241,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 4,8 WW [Por] 24,3 Cholesterol [mg] 97,2
	Dieta papkowata bezmleczna	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pieruszką 130 g		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 350 ml (SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 683,2 Białko ogółem [g] 175,8 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 4,4 WW [Por] 30,5 Cholesterol [mg] 925,8

Jadłospisy w dniu 2025-09-30 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-09-30 wtorek	Dieta papkowata bogatobiałkowa		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt naturalny 150 g (BIA) pasztet drobiowy rozdrobniony 130 g Pasta warzywna z marchewką i pietruszką 130 g	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 350 ml (BIA, SEL) piersz kurczaka rozdrobniona 110 g (MIĘ) Buraczki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml ziemniaki puree 180 g	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta jajeczna 100 g (JAJ) Sałatka z pomidora rozdrobniona 130 g	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 915,2 Białko ogółem [g] 202,2 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 323 Błonnik pokarmowy [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 82,5 Sól [g] 4,8 WW [Por] 32,7 Cholesterol [mg] 963
	Dieta płynna wzmocniona beznmleczna		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa z fasolki szparagowej przecierana b/ml 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 570,2 Białko ogółem [g] 61,8 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 201,9 Błonnik pokarmowy [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 1,8 WW [Por] 20,6 Cholesterol [mg] 47,4
	Dieta płynna wzmocniona bogatobiałkowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (BIA)	zupa z fasolki szparagowej przecierana 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 715,7 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 197,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 2,1 WW [Por] 20 Cholesterol [mg] 500,4